

תקשיבו לי רגע!

שאלות של הורים – תשובות של ילדים

תוכן ענינים:

א. פתיחה- הסבר רציונל הספר – (10 עמ')

ב. שאלות על תפקידי ההורים:

איך לאהוב בלי לפנק? (14 עמ')

עד גיל שנה- לרוץ כל פעם שבוכה?

גיל שנה עד ארבע- לעשות בשבילו מה שיכול לבד?

גיל ארבע עד שבע- דורשת, שלא אדבר בטלפון

גיל בית ספר יסודי- מתנהג כמו נסיך

גיל ההתבגרות- איך להראות לו שאוהבים אותו?

איך לשלב בין העבודה לבית? (18 עמ')

עד גיל שנה- לקחת את התינוק איתנו לבילויים?

גיל שנה עד ארבע- אבא עסוק ורציני

גיל ארבע עד שבע- 'זמן איכות' עם הילדים

גיל בית ספר יסודי- טלפונים בלי סוף לעבודה

גיל ההתבגרות- תוקפת אותנו על הקריירה שלנו

מה לעשות עם הדאגות ורגשות האשם? (21 עמ')

עד גיל שנה- לא פעלנו לפי 'עקרון הרצף'

גיל שנה עד ארבע- מעדיף את אמא על אבא

גיל ארבע עד שבע- חלש וילדותי לגילו

גיל בית ספר יסודי- סובלת מהשמנת יתר

גיל ההתבגרות- דואגים איפה היא מסתובבת

איך לעזור לו להצליח? מה כבר יצא ממנו? (21 עמ')

עד גיל שנה- לקחת לחוג שחיה לתינוקות?

גיל שנה עד ארבע- חשוב שתהיה 'דו- שפתית'?

גיל ארבע עד שבע- הוא רק 'סתם משחק'

גיל בית ספר יסודי- לא הישגי בכלל

גיל ההתבגרות- מה אם לא תעשה בגרויות?

שאלות על העולם הרגשי:

5. איך לחזק את הבטחון העצמי? (22 עמ')

עד גיל שנה- השנה הראשונה כל כך חשובה?

גיל שנה עד ארבע- נצמדת לסמרטוט בחוסר בטחון

גיל ארבע עד שבע- כל הזמן שואל אם הוא ילד טוב.

גיל בית ספר יסודי- מרגיש טיפש כי קשה לו לכתוב

גיל ההתבגרות- בטחון עצמי מופרז

6. איך שישלוט ברגשות? (24 עמ')

עד גיל שנה- סובל כל כך

גיל שנה עד ארבע- נושכת כשכועסת

גיל ארבע עד שבע- לא מסוגל להתאפק

גיל בית ספר יסודי- כל כשלונו הוא סוף העולם

גיל ההתבגרות- אנחנו אופטימיים, והוא פסימי

איך להתמודד עם חרדות ופחדים? (21 עמ')

עד גיל שנה - חרדת זרים

גיל שנה עד ארבע- פחד לישון לבד

גיל ארבע עד שבע- פחד ממפלצות

גיל בית ספר יסודי- פחד מפיגועים

גיל ההתבגרות- חרדת בחינות

8. מתי לפנות לעזרה נפשית? (23 עמ')

עד גיל שנה- לא מוקדם מידי לעזרה נפשית?

גיל שנה עד ארבע- עדיין עושה פיפי וקקי במכנסיים

גיל ארבע עד שבע- היפראקטיבי- לתת תרופות?

גיל בית ספר יסודי- הולכת לטיפול, ולא עוזר...

גיל ההתבגרות- מאיים בהתאבדות...

שאלות על הסתגלות לכללי החברה

9. איך להשיג משמעת? (27 עמ')

עד גיל שנה- מתי להתחיל ללמד הרגלים?

גיל שנה עד ארבע- מאבקי כוח

גיל ארבע עד שבע- מתווכח על כל דבר

גיל בית ספר יסודי- איך להעניש?

גיל ההתבגרות- מה עוד מותר להגיד לה?

10. איך לחזק עצמאות ואחריות? (23 עמ')

עד גיל שנה- לא עושה כלום לבד...

גיל שנה עד ארבע- רוצה לעשות הכל לבד

גיל ארבע עד שבע- משתעמם, רוצה שנעסיק אותו

גיל בית ספר יסודי- לא לוקח אחריות

גיל ההתבגרות- רוצה להיות עצמאי בהכל

11. איך לחנך לערכים? (24 עמ')

עד גיל שנה- יכול להיות, שהיא רעה?

גיל שנה עד ארבע- אין לה נימוסים

גיל ארבע עד שבע- משקרת וגונבת

גיל בית ספר יסודי- אין לו ערך לכסף

גיל ההתבגרות- מתפלסף על ערכים, ומתנהג להפך

12. מה לעשות עם החינוך המיני? (23 עמ')

עד גיל שנה- יש לתינוקות משיכה מינית?

גיל שנה עד ארבע- רוצה לגעת באיבר המין

גיל ארבע עד שבע- נמשך לאמא, מקנא באבא

גיל בית ספר יסודי- מתנהג מינית כמו מבוגר

גיל ההתבגרות- גם נזירה וגם מופקרת

שאלות על משפחה, חברים ומערכת החינוך.

13. למה יש בעיות בין אחים? (24 עמ')

עד גיל שנה- כבר מקנא?

גיל שנה עד ארבע- ילד אמצעי בעייתי

גיל ארבע עד שבע- שונאת את אחותה הקטנה

גיל בית ספר יסודי- מקופחת

גיל ההתבגרות- מכות והשפלות, מתי להתערב?

14. איך לעזור כשיש גירושין? (24 עמ')

עד גיל שנה- הגירושין פגעו?

גיל שנה עד ארבע- משמעת של אמא, משמעת של אבא

גיל ארבע עד שבע- איך לספר על הגירושין?

גיל בית ספר יסודי- בוגר בבית, בעיות בבית ספר

גיל ההתבגרות- אבא התחתן שנית

15. איך לעזור לו להיות חברותי? (26 עמ')

עד גיל שנה- לא מחייך לילדים

גיל שנה עד ארבע- לא מתחלקת, לא מתחשבת

גיל ארבע עד שבע- ביישן

גיל בית ספר יסודי- מציקים ודוחים אותו

גיל ההתבגרות- יש לו חברים שליליים

16. איך להסתדר עם מערכת החינוך? (27 עמ')

עד גיל שנה- מטפלת או פעוטון?

גיל שנה עד ארבע- גננת קשוחה מידי

גיל ארבע עד שבע- ערכים הפוכים בגן ובבית

גיל בית ספר יסודי- לקויות למידה, המורה לא עוזרת

גיל ההתבגרות- לא מכין שעורי בית, יש בעיות משמעת

ג. לסיום- למה הוא לא מעריך את מה שעושים בשבילו? (7 עמ')

תקשימו לי רצא!?!?

ילדים מסבירים את עצמם

כולנו יודעים, שלגדל ילדים זו משימה מורכבת. רובינו לא מסתפקים 'רק' בלגדל את הילד אלא שואפים להורות משמעותית ואיכותית. זה לא פשוט בכלל. לגדל ילדים, להתמודד עם עולמו הרגשי, ועם עולמו הרגשי כהורה מולו, זוהי משימה מסובכת שבעתיים מכל ניהול פרויקט מקצועי, ולעיתים אף יותר סבוכה מניהול מערכות יחסים בוגרות אחרות בחיינו.

כולנו בודאי זוכרים את ההתפעמות, ההתרגשות והאהבה, שהציפו את ליבנו במפגשינו הראשון עם ילדינו. ההבטחה המוחלטת, שנתנו לעצמנו, ולילד: "אני אתן לך הכל, ילדי האהוב והמיוחד. אני לעולם לא אפגע בך, ולא אעשה את שגיאות הורי. אני אבין אותך, אוהב אותך, ואהיה לך הורה נהדר". בלב ישנה ציפיה, שגם הילד ישיב לנו אהבה מלאה, וחסרת תנאים. והנה עוברים הימים (והלילות חסרי השינה), והנה עוברים החודשים והשנים ומזדחלות האכזבות הקטנות, ומאבקי הכוח, והכעסים, ותחושות חוסר האונים והתסכול. התינוק שלי אינו רק מקור אושר אלא גם מקור תיסכול וכאב. וגם אנחנו לא רק הורים נהדרים, מספקים, מבינים, ומעניקי כל טוב. לפעמים אתם כועסים, לא עקביים, ואפילו פוגעים. פעמים רבות אנחנו מנסים לעשות את הטוב ביותר על פי שיפוטינו, והתוצאה עגומה. אנחנו מוצאים את עצמנו מבולבלים, מתוסכלים, ואשמים כי איננו מבינים מה הילד רוצה, ומה הוא צריך מאתנו.

רציתי להקל על כולנו, ולומר, שהקושי להבין את 'ראש של ילדים' הוא אמיתי. ילדים אינם מסבירים עצמם במילים ברורות 'בשפה של המבוגרים', ולכן כל כך קשה לעיתים להבין אותם, ולעזור להם.

למה קשה להבין הילדים?

סיבה אחת היא, שמול עושר רגשותיהם של הילדים בולט הקושי שלהם לבטא באופן מילולי רגשות אלו. ילדים מרגישים, עושים, מאותתים. ילדים מעט מאוד מסבירים את עצמם במילים. בשנות חייהם הראשונות קיים בפועל מחסום השפה כי חסרה לילדים היכולת לבטא עצמם במילים. גם בהמשך חייהם ילדים מדברים בשפה קצרה ותמציתית, ולעיתים קשה כמבוגר להבין את מלא מורכבות המסר והכוונה שמסתתרים מאחורי המילים הגלויות. למשל, ילד בן שלוש אומר: "לא רוצה..." או מתבגר שולח טלגרף ואומר: "את לא מבינה..." . מה הם רוצים להגיד?

לעיתים קשה לילדים להסביר את רגשותיהם כי הרגש חבוי, מבולבל, ולא מודע גם לילד עצמו. אני משערת, שגם אנחנו מכירים את הקושי כמבוגרים. גם לנו למשל קשה להסביר למה אנחנו כועסים, ומה תיסכל אתנו. אנחנו מרגישים את הרגש, אבל למצוא את המילים, שיסבירו זה ממש קשה.

קושי נוסף בלהבין את 'שפת הילדים' הוא, שעולמם של ילדים אינו דומה לעולמם של מבוגרים, לא בתכניו, לא בעוצמותיו, ולא בהגיון הפנימי שלו. עולם הילדים ייחודי רק להם. יש להם הגיון משלהם, שהוא ממש לא דומה להגיון של המבוגרים. אם מבוגרים רוצים להבין ילדים הם צריכים לשנות ערוץ בתחנת הקליטה שלהם, להקשיב לשפת הילדים ולא לשפת המבוגרים. למשל, הילד אומר מתוך כאבו שלו "אני שונא את הגננת..." , אנחנו ההורים מבין

אותו מתוך ההגיון הבוגר שלנו, ומסבירים לו, ש"הגנת נחמדה, והגן מעניין". המסר של הילד הוחמץ.

לעיתים קשה לנו ההורים להקשיב להגיון של הילדים כי הוא מכאיב לנו. למשל, הילדה אומרת: "אמא, אל תלכי לעבודה", ואמא לא רוצה או לא יכולה להבין את הסבל, שמבטאות המילים. ההבנה והמודעות מכאיבים כל כך, ולכן אמא מסבירה לילדה בהגיון "אני חייבת לעבוד, אבל נעשה כיף בשבת". האם הילדה הובנה? האם תשובת אמא ענתה לתחינתה? ספק...

כפסיכולוגית ילדים פונים אלי הורים רבים, כדי שאעזור להם בקשיים שונים עם ילדיהם. בקשה מרכזית של הורים רבים היתה להבין את ילדיהם ולדבר איתם בקירבה רגשית. בספרי הקודם "בגובה העיניים- לדבר עם ילדים" (ברק, שושן, 1999) נעשה ניסיון להראות כיצד לקיים דיאלוג כזה. ועדיין משהו נשאר חסר.

פעמים רבות הרגשתי, שעיקר עזרתי להורים היא לנסות ולדבר בשם ילדיהם. אני מנסה להבין בשביל ההורים מה אומר להם ילדם בהתנהגותו, במילותיו המהוססות, המבולבלות, או בשתיקותיו. אני מנסה לתרגם להורים מה היה אומר להם ילדם לו יכול היה לבטא עצמו בשפה ובהגיון של מבוגרים. אני מנסה לייצג את הילד בדיאלוג החשוב שלו עם הוריו. נסיוני מראה, שכשהורים מבינים טוב יותר מה אומר להם ילדם, מה הוא צריך מהם, ומה מסב לו סבל בקשר עמם, הם יכולים לסייע בידו ביעילות רבה יותר.

בגישה זו נכתב הספר הנוכחי:
'תקשיבו לי רגע! הורים שואלים- ילדים עונים'.

מובן, שאיני מתיימרת לדעת בוודאות מה חושבים ומה מרגישים ילדים. איש אינו יכול לדעת בוודאות מה מרגיש ומה חושב הזולת- כך לגבי ילדים וכך לגבי מבוגרים. לאיש אין (עדיין...) סורק פנימי לקרוא בבהירות מה קיים ב-HARD DISC של הזולת. לעיתים הרגשות והמחשבות אינן מודעות כך, שגם האדם עצמו אינו יכול לדעת אותן בוודאות...

עם זאת, למרות מגבלות הזהירות המתבקשות בבואינו לפרש ולהסביר את הזולת ניתן להעלות השערות לגבי הזולת- לבדוק מה אולי מרגיש או חושב הילד, אם במודע, ואם בלא מודע. לשער מה כואב לו, מה מרגיז אותו ומה הוא צריך מהוריו.

בבואנו להבין ילדים עומד לרשותנו ידע התפתחותי מצטבר ממחקרים, ומעבודה קלינית עם ילדים- ידע נרחב זה עוזר להעלות השערות, ולהבין טוב יותר את עולמם של הילדים. הספר אינו מתבסס על תאוריה בלעדית אחת אלא מנסה להבין את הילד מתוך מושגים תאורטיים שונים. כל תאוריה עם הדגשה הרלוונטיים להבנת עולמם המורכב של ילדים.

----- בתוך חלון -----

מעט תאוריה:

הספר לוקח מתאוריות פסיכולוגיות מרכזיות בתחום התפתחות הילד.

תאוריות פסיכואנליטיות:

תאוריית הדחף (פריד), תאוריות האגו (אנה פרויד), אריקסון ופונגי, תאוריות העצמי (קוהוט), תאוריות יחסי האובייקט (ויניקוט, מהלר, מלני קליין, ביון). גישות אינטרסובייקטיביות (שטרן, פיין, מרודה).

גישות הומניסטיות (רוג'רס ואדלר)

גישות מערכתיות - משפחתיות (מינושין)

גישות התפתחותיות - תאוריות התקשרות (בולבי ומיין) תאוריות על התפתחות קוגניטיבית (פיאגיה) רגשית- חברתית (אריקסון) ומוסרית (קולברג).

בספר שלפניכם אנסה לתרגם את הידע התאורטי והמעשי לשפתו של הילד. אנסה לדבר 'בגוף ראשון' יחיד בשם הילד.

הילד יאמר 'אני...' וידבר 'בשם עצמו'... הילד ינסה להסביר את עצמו, ולתרגם את חוויותיו, גם הלא מודעות, למילים בוגרות ומאורגנות. הוא יסביר מה מפריע לו, ומה הוא צריך מאיתנו המבוגרים. הילד ינסה בו זמנית להרגיש כמו ילד ולחשוב ולדבר כמו מבוגר. כך נוכל להבין את עולמו טוב יותר.

בשפה של מבוגרים הילד יאמר:

"בואו ואספר לכם הורי האהובים מה אני צריך מכם כדי לאדואל, ממש את הפונצ'יאל שלי, ולהיות מאושר... בכל לי אני צריך דברים מצט' שונים."

אני רוצה אספר לכם מי אני - מה מצטיק אותי היום באי לי... מה מאפיין אותי באי לי... מה המטרות ההתפתחותיות שאני צריך להשיג באי לי... אלו ציפיות כדאי שיהיו לכם ממני בהתאם לאי לי, ואיפה אתם קצת מצליחים בציפיות או מחיתים בציפיות באי לי הציות שלכם ולא שלי...

אני רוצה שתבינו איך אני מרגיש כשאתם נכשלים... כשאתם מרגיש חלשים... כשאתם מחזקו או כועס מסיבות שונות... כשאתם לא רוצים... כשאתם שונאים אתכם לפעמים... כשאתם אוהבים אתכם כל כך... כשאתם מקנאים כשנולד לי אח חדש... כשאתם מתחרים עם אחי...

אני רוצה שתבדלו איך אני מרגיש את הצעקות שלכם, מה אני חושב כשאתם צובדים כל כך הרבה, ומה צובר עלי, כשאתם מנסים להסביר לי איך אני צריך להתנהג ומה אני צריך להרגיש... (רמז? אני מרגיש עם זה ממש גרוץ...)

אני אסביר לכם איך אני חושב על דברים, איך אני מרגיש דברים - כי אני חושב אחרת מכם באי לי שלי.

אני מנסה להבין אתכם - איך תצודדו אותי כק שארשים שאני שווה... איך תחזקו אותי כשקשה לי... איך תדברו איתי, ותצטרו לי לפתור את הקשיים שלי... איך תצטרו לי כשאתם פוחדים... כועסים... מאבד שליטה... איך תתענינו בי בלי לחנוק אותי בדאגת יתר... איך תאכפו עלי ממשות בצורה יצירתית, ולא משפילה או וותרנית מידי... איך תחזקו את יכולתי

פקחת אחריות... איך באמת תבינו מה אני צריך, ואז לא תזניחו או תפנקו אותי מידי...

הילד ידגיש בדבריו להוריו:

"אני רוצה לקבל מכם את המיטה כמו שאתם רוצים לנתת לי את המיטה לכן אני טורח להסביר לכם אותי. אני מתנצל מראש אם לפעמים אהיה תקיף ולא נעים בדברי אליכם, ביקורת זה לא תמיד דבר נעים. אבל אני מבטיח, שרוב דברי יהיו 'ביקורת בונה' כדי שתוכלו באמת להשתפר... אני בהחלט מקווה שאצליח... לטובת כולנו."

מבנה הספר:

הספר בנוי משאלות של הורים, ותשובות בשם הילדים'. הנושאים, שנבחרו הם שאלות מרכזיות בהן מתלבטים הורים במהלך רצף ההתפתחות של ילדם. אותה התלבטות הורית כוללת מקבלת משמעות אחרת בכל גיל של הילד. לכן אותה שאלה תישאל גם באופן כללי, וגם בדוגמאות יומיומיות ספציפיות לכל גיל.

לכל שאלה של ההורים אענה בתחילה תשובה כללית בשם 'נציגי הילדים כולם'. הנציגים יהיו בגיל ההתבגרות, בחלק המתקדם שלו, בגילאי 16-18. בחרתי בהם בשל היותם 'אנשי ביניים' - מחד בוגרי הילדות, ומאידך בשערי הבגרות. יש להם את זווית הראיה הרחבה לסרוך את מורכבות ילדותם על פני רצף השנים שעברו. יש להם סקרנות ויכולת אינטלקטואלית ורגשית להעניק לנו תובנות פסיכולוגיות לגבי יחסי הורים- ילדים.

המתבגרים ידברו בשם עצמם, ובשם עמיתיהם, הילדים הצעירים מהם. הם יענו להורים על השאלות השונות. יספרו על מחשבותיהם ורגשותיהם, וואף ימליצו על דרכי פעולה.

לאחר מכן אענה בשם ילדים המייצגים גילאים שונים. כל ילד גילאי יענה על שאלת ההורים העוסקת בגילו שלו. הוא, או היא, ינסו להתייחס למאפיינים היחודיים של גילם. הילדים הגילאיים יביאו דוגמאות כדי להמחיש את דבריהם.

ילדי הגילאיים יענו בשני אופנים:

בתחילה יענו הילדים כפי שהיו מגיבים במציאות אם היה נשאלים. אלו יהיו תשובות במילים ובהתנהגות של ילדים' כפי, שהייתם רואים או שומעים אותן באמת אצל ילדיכם. באופן טבעי אלו תהיינה תשובות קצרות ו/או מוסוות ומבלבלות ו/או תשובות של התנהגות. לא תמיד קל יהיה להבין אותן, כפי שקורה במציאות...

לאחר מכן אענה אני 'בשם הילדים' כפי שהיו כנראה עונים אם היו יכולים לדבר 'בשפה ובהגיון של מבוגרים' - אלו תהיינה תשובות רהוטות יותר, מפורטות בליווי דוגמאות מהשטח, תשובות הגיוניות, ואולי אפילו ציניות ונוקבות.

אתם מוזמנים לעיין בשאלות הרלוונטיות לכם, ולמצוא בהן את התלבטויותיכם האישיות. אתם מוזמנים לקרא את תשובות הילדים, ולמצוא בילדים הייצוגיים של הספר את הילד הפרטי והאהוב שלכם.

בחלון

קצת תאוריה:

בקבוצת 'הילדים המסבירים' ישבו נציגים של קבוצות הגיל המרכזיות ברצף ההתפתחות.

בספרות המקצועית נהוג לחלק את רצף ההתפתחות לשלבים. מעבר להבדלים מסוימים בין הגישות, החלוקה המקובלת היא -

השנה הראשונה – עד שמתחיל ללכת ולדבר, התינוק כולו דחפים, חושים ופעולות, קיימת תלות בולטת בהורים.

גיל שנה עד ארבע - גיל התפתחות המוטוריקה, השפה, החינוך לנקיון, פיתוח האגו והעצמאות, מאבקי כח והיפרדות.

גיל ארבע עד שבע – גיל הגן עד כניסה לבית הספר. התקופה היצירתית, האינטואיטיבית והלא לוגית, גיל היוזמה והמשחק, התקופה האדיפלית.

גיל שבע עד שתים עשרה -גיל בית ספר יסודי. תקופת העשייה והלמידה. רכישת כלים ומיומנויות. תקופת החביון המיני, וטרם גיל ההתבגרות.

גיל שתים עשרה עד שש עשרה- גיל חטיבת הביניים, ותחילת התיכון. גיל ההתבגרות, גיל השינויים הגדולים, חיפוש הזהות, הנפרדות מההורים, החשיבות המרכזית של בני הגיל. בוגרים אך עדיין לא.

בשלב זה של הקריאה, יתכן וחלק מכם הקוראים שואל את עצמו:

אחרי שאבין (בעזרתך או לבדי) מה אומר לי ילדי בהתנהגותו או במילותיו- מה אני יכול לעשות עם ההבנה הזאת?

אמשיך ואענה 'בשם הילד':

"אם תקשיבו לי! ותבינו טוב יותר את פשטותי נוכל לזכור אתכם עם השני
'השנה השנייה': נוכל להקשיב, להבין, ולנסות למצוא ביחד את מה
טוב בפני. ביחה כזאת לא תאכזנו אותי ('איה ילד עקשן'), לא
תסבירו לי את הביציות שלי ואת הפתרונות הנכונים לדעתכם ('את רק
תסתדף לא תהיה לך ככלל בעיה'). לא תנהלו את החינוך 'מצד
לראש' שלי, אלא תתחשבו עם בי. אתם אומנם מואזרים וחכמים
(באמת, לא בצנינות), אבל עם אני לא טיפס, ויש לי הבנה מסוימת על
החיים שלי. אני הלא זה שפוצץ חיי אותם. תנו לי לקחת חלק
באחריות המשותפת לחיי. תקשיבו לדעות שלי, אף תסכימו איתי תמיד
אבל תתחשבו. בישה כזו של האיון, שכל ישר וסיקול דעת תוכלו לחנוק
אותי הרבה יותר ביציאות.

אני לא רוצה להיות אבא עם הרגשות והאחשבות שלי! אני רוצה אתכם
איתו! הספר יתקשבו לי רצעי יצור לכם להבין טוב יותר את רגשותי
ואת צולמי, כי הוא יתן לכם רציונות איך ילדים חושבים. אז תוכלו
להראות לי, שאתם מבינים, ונוכל לדבר על זה ביחד. פסיכולוגים
אומרים, שקוראים לסוג דיבור כזה - אמפטיה. אמפטיה זה כשאתם
מראים לי שאתם באמת מבינים, ומכבדים את רגשותי. זה לא סתם
להגיד 'אני מבין קשה לך', ומיד לומר 'אבל תעשה ככה וככה'.
תבינו, אני לא יכול להקשיב לצרות החכמות שלכם כשאני צדיין צסוק
ככא או כצס שלי! לכן אני לא מקשיב לכם, ולא נעזר בכם. אני
נשאר מתוסכל, וצס אתם. אבל אפשר אחרת - אם תורידו את 'האבא',
ובאמת תראו את הדברים מהזוית שלי, בלי ביקורת, זה יהיה מאוד
נעים לי! זה יתן לי הרגשה, שאני לא לבד, שמישהו מבין אותי,
שמישהו אכפת. ככה אני ארצ ואת צודד, ולאט לאט צס אוכל לחפש
פתרונות לבציה שלי! ככה אני רוצה.

תצטט 1923 תמיצ - אתם הורי, אתם תמיצ חשבים לצולמי, בכל לי, בכל
מצב, ולכן חשבו לי כל כך שנוכל לדבר אחד צס השני בצלוי, ומאמצ
הצב. אתם הלא הכי קרובים לי בצולמי.. אז בהצצחה לננו!!! "

ולסיום, איך תיישמו את הנאמר בספר בחיי היומיום שלכם?

הספר יתקשבו לי רגעי מנסה להקנות כלי יישומי ומעשי לשיפור התקשורת עם
ילדים. הוא מיועד בעיקר להורים, אך גם למורים, ולכל מי, שפוגש ילדים ומתעניין
בהם.

אם נוכל לפנות מעט זמן ומקום, להנמיך קצת את ווליום החרדות, להזיז מעט את ההכחשות,
ולהנמיך את רעש הכעסים, בשקט, שייווצר נוכל להקשיב לילדים. נוכל לשמוע מה הוא אומר,
להבין טוב יותר את כוונותיו, ולהגיב טוב יותר לצרכיו.

אני מאמינה בהגיון ובתחושת הלב של כל אחת מאיתנו כהורה, שכן מי מכיר את
ילדו טוב יותר מההורה עצמו? כדי להקשיב ולהבין את ילדכם, אין צורך בתאוריות
מתוחכמות או בידע פסיכולוגי מורכב. צריך בעיקר לרצות להקשיב, לא לפחד
להקשיב - ואז אפשר לשמוע את הילד אומר לנו הרבה ממה, שאנחנו צריכים לדעת...

הטכניקה להבנת הילד היא פשוטה יחסית:

הביטו בילדיכם, הביטו בו ממש. הקשיבו לילדיכם, הקשיבו לו ממש.

חישבו לעצמכם על שאלות המטרידות אתכם לגביו.

דמיינו, שאתם שואלים את ילדיכם אותן השאלות, והקשיבו לתשובתו.

הקשיבו, מה עונה לכם ילדיכם - בהתנהגותו, בשפת גופו, במילותיו?
חישבו, מה ילדיכם היה אומר לכם אם היו לו מילים 'בוגרות', אם הוא לא היה
מפחד מתגובתכם, אם הוא היה מודע לעצמו, ויכול להסביר?

אם תקשיבו היטב, ללא חשש בדרך כלל תשמעו בעצמכם את תשובתו לשאלות המטרידות אתכם לגביו.

כך אני מנסה לעשות כפסיכולוגית וכאם, כשאני מקשיבה לילדים, ומנסה להבין אותם. לא תמיד התשובה בהירה, לא תמיד היא מגיעה מיד- המציאות בכלל והמציאות הרגשית בפרט היא מורכבת ולא ברורה. אבל אם מתמידים להקשיב- בסוף שומעים....

זה העיקר- לרצות להקשיב, להבין, ולהגיב אחד לשני בדיאלוג פתוח של אכפתיות ואמפטיה. לא לכל בעיה ומצוקה יש פתרון ממשי, לרוב אין. אך את נחמת הקירבה הרגשית, ההבנה והתמיכה- תמיד ניתן לתת. הילדים יסתפקו ויודו על סוג הורות תומכת כזו....

אני תקווה, שכל הורה יוכל למצוא את עצמו, ואת ילדו המיוחד בתוך המגוון הרחב של הבעיות והגילאים הנפרשים בספר.

קריאה נעימה, חלי מרק.